

POSUDEK VEDOUČÍHO MAGISTERSKÉ DIPLOMOVÉ PRÁCE

Jméno vedoucího práce:

Mgr. Helena Vomáčková

Jméno diplomanta:

Bc. Zuzana Honzková

Název diplomové práce:

Hodnocení vlivu cvičení "plank" na posturální stabilitu jedince

Cíl práce:

Cílem práce je posoudit vliv izometrického cvičení v pozici vzporu ležmo (tzv. "plank") na posturální stabilitu jedince, která je hodnocena pomocí dynamické počítačové posturigrafie přístrojem EquiTest Systém

1. Rozsah:

stran textu	110			
všech literárních pramenů	172			
českých pramenů / cizojazyčných pramenů	monografie	oborné články	elektronické	ostatní
	12/39	3/14	96/1	3/4
ostatní	tabulky	obrázky	grafy	přílohy
	13	14	11	10 (CD)

2. Náročnost tématu na:

	nadprůměrné	průměrné	podprůměrné	nevyhovující
teoretické znalosti	X			
vstupní údaje a jejich zpracování	X			
použité metody	X			

3. Kritéria hodnocení práce:

	stupeň hodnocení			
	výborně	velmi dobře	vyhovující	nevyhovující
stupeň splnění cíle práce	X			
<i>Definované cíle práce byly splněny. Na jednotlivé cíle, výzkumné otázky a stanovené hypotézy je v diskusi odpovězeno.</i>				
hloubka provedené analýzy ve vztahu k tématu	X			
<i>Teoretická část práce je velmi rozsáhlá a popisuje téma posturální stability a stability axiálního systému velmi podrobně. Teoretická část práce zpracována přehledně a systematicky. I samotná experimentální část je velmi přehledně zpracována, jsou jasné definovány hypotézy, výsledky jsou přehledné.</i>				
logická stavba práce	X			
<i>Práce je přehledná, má logickou strukturu, obsah a informace jednotlivých kapitol na sebe navzájem navazují.</i>				
práce s literaturou, používání citační normy	X			
<i>V práci je využito velmi vysoké množství literárních zdrojů (včetně cizojazyčných), práce respektuje citační normu.</i>				
adekvátnost použitých metod	X			
<i>V práci je využit moderní objektivizační systém - Dynamická počítačová posturografie EquiTest. Výběr použitých testovacích protokolů je podložen literární rešerší. Výsledky měření jsou vyhodnoceny statistickou a klinickou významností.</i>				
úprava práce (text, grafy, obrázky, tabulky)			X	
<i>Úprava a členění textu je přehledné. Formální chyby (překlepy, mezery, ... apod.) se v práci téměř nevyskytují.</i>				
stylistická úroveň	X			
<i>Diplomantka prokázala velmi stylistickou úroveň, práce má spád a obsahově je velmi snadno vnímatelná.</i>				

4. Využitelnost výsledků práce v praxi:

podprůměrná průměrná nadprůměrná

5. Připomínky; otázky k zodpovězení při obhajobě práce:

Práci jednoznačně doporučuji k obhajobě. I přes nepotvrzení jednotlivých hypotéz byly v práci naplněny stanovené cíle a současně byla vytvořena "Cvičební plán v pozici "plank", kterou jistě ocení velká skupina lidí, kteří se snaží v domácím prostředí zlepšit svou kondici a tělesný vzhled. Je zřejmé, že práce má praktický přínos. Lze tedy na základě provedené rešerše a experimentu jednoznačně doporučit "Cvičební plán v pozici "plank"? Jestliže ano, tak pro jakou skupinu zájemců?
Studentka Zuzana Honzková v rámci zapracování práce postupovala velmi samostatně, na všechny připomínky byla vždy schopna zareagovat. V samotné práci velmi pozitivně hodnotím i tu skutečnost, že výsledky byly zpracovány nejen na statistické úrovni

(adekvátním vyhodnocením parametrických i neparametrických dat), ale byla vyhodnoceny a popsány klinickou významností jednotlivých výsledků. Autorka práce se i na závěr sama kriticky staví k některým nedostatkům práce, které vyplynuly z průběhu experimentu a zpracování dat a současně navrhuje i jejich řešení.

6. Doporučení práce k obhajobě:

NE

ANO

7. Navržený klasifikační stupeň

VÝBORNĚ (DLE OBHAJOBY)

V Praze dne 30. dubna 2017.

podpis vedoucího práce